



Disease Control Section
799 E. Rialto Ave.....San Bernardino, CA 92415-0011
IMMUNIZATIONS (800)722-4794.....FAX (909)386-8325
TUBERCULOSIS (800)722-4794.....FAX (909)387-2861
EPIDEMIOLOGY (800)722-4794.....FAX (909)386-8325

JIM LINDLEY, M.P.A.
Public Health Director

PAULA MEARES-CONRAD
Assistant Director of Public Health

9 de Septiembre, 2009

PHD #: 09-68

MAXWELL OHIKHUARE, M.D.
Health Officer

Para mayor información, por favor contactarse con:

Pooneh Navab, Caryn McMillan o con Romesh Anketell
Educadores en Salud, Programa de Vacunas 1-800-722-4794

Para su Inmediata Publicación

Vacuna de la Gripe Estacional: ¡Para Cada Persona, Cada Año!

La vacuna contra la gripe, puede protegerle a usted, a su familia y a la comunidad contra la gripe. El Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino patrocinará clínicas de vacunación a bajo costo contra la gripe estacional en todo el Condado desde el mes de septiembre del 2009. Se recomienda recibir una nueva vacuna cada otoño, puesto que la vacuna contra la gripe cambia cada año de acuerdo a los tipos de virus en el ambiente. El costo de la vacuna es de \$10.00. Para obtener información sobre las clínicas comunitarias y los horarios de atención, por favor visite el sitio web del Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino en el sitio:

www.sbcounty.gov/dph o llame al Programa de Vacunas al 1-800-722-4794, de Lunes a Viernes, desde las 8 a.m. hasta las 5 p.m.

Se recomienda la vacunación estacional contra la gripe para:

- Niños desde los 6 meses hasta los 19 años de edad
- Personas de 50 años y mayores
- Personas de cualquier edad que presenten problemas crónicos de salud
- Mujeres embarazadas
- Personas que viven en asilos de ancianos o en instalaciones de cuidados a largo plazo
- Personas que prestan servicios de salud a domicilio y para trabajadores en cuidados de salud

Además de recibir la vacuna contra la gripe, las buenas prácticas de higiene son la mejor manera de prevenir el contagio de la enfermedad. Algunas otras buenas prácticas de higiene incluyen:

- Cubrirse la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y tirar el pañuelo en un basurero después de usarlo.
- Lavarse las manos a cada rato con agua y jabón, especialmente después de toser o de estornudar. Se aconseja el uso de soluciones desinfectantes a base de gel de alcohol, cuando no se tiene agua y jabón.
- Evitar el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y/o la boca pues son las puertas de entrada de los gérmenes al interior de nuestro cuerpo.
- Si se enferma, quédese en casa y no vaya a trabajar ni a la escuela y evite el contacto con otras personas para evitar contagiarlas.

Durante la primavera del 2009, hubo un brote causado por el virus H1N1 de la influenza, que originalmente se le llamó "gripe porcina". Durante este otoño o en el invierno podrá estar disponible una vacuna para el virus H1N1. Se están haciendo las investigaciones clínicas para la producción de la vacuna H1N1. Más información sobre la vacuna será publicada en cuanto esté disponible. Es importante mencionar que tendrá que hacerse una nueva consulta clínica para la vacuna H1N1. Por favor revise el sitio web del Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino en la página www.sbcounty.gov/dph o el sitio web del Departamento de Salubridad de California en la página www.cdph.ca.gov para obtener las últimas noticias sobre el virus H1N1.

NOTA: La vacuna contra el virus H1N1 no estará disponible en las clínicas comunitarias estacionales. Recuerde la campaña "Vacuna Contra la Gripe Estacional: ¡Cada Persona, Cada Año!" y hágase vacunar hoy mismo para que usted, su familia, sus compañeros de trabajo y otras personas de la comunidad no contraigan la enfermedad. ¡Visite la clínica más cercana a usted!

